



# 2月分献立表



	月	火	水	木	金	土
選択食						
通常献立						
おやつ						
	3日	4日	5日	6日	7日	8日
選択食		A: ほっけの塩焼き B: あんかけ焼きそば	A: 鯖の味噌煮 B: 豚肉のしゃぶしゃぶ風	A: 鯖のカレー風味焼き B: ミンチカツ	A: 鯖の酒蒸し B: 筑前煮	<b>長寿ご飯の日</b>
通常献立	巻き寿司 イワシの生姜煮 春菊の和え物 赤だし・デザート	ご飯(A)ゆかりご飯半量(B) ぜんまいの煮付け キャベツの醤油マヨ和え 味噌汁(A)・ゼリー(B)	ご飯 厚揚げの甘辛煮 茄子の生姜和え お吸い物	ご飯 カリフラワーのスープ煮 ほうれん草のピーナッツ和え フルーツ缶	ご飯 しらたきとピーマンの炒め物 玉子豆腐 味噌汁	ご飯 カレイのムニエル ひじきの白和え のっぺ
おやつ	紫芋饅頭	♡ やわらかおかき	南瓜饅頭	♡ あんずケーキ	マドレーヌ	♡ ココアロール
	10日	11日	12日	13日	14日	15日
選択食	A: 太刀魚の幽庵焼き B: 豚肉の生姜炒め	A: 白身魚のレモン焼き B: 麻婆豆腐	<b>味噌煮込みうどん定食</b>	A: 鯖の野菜あんかけ B: 鶏肉の照り焼き	A: サーモンフライ B: ポークチャップ	A: 鯖のホイル焼き B: 豚肉の塩だれ炒め
通常献立	ご飯 里芋の煮ころがし 白菜の辛子和え 味噌汁	ご飯 海老シュウマイ 胡瓜の中華風和え物 中華スープ	あさりの炊き込みご飯(半量) 鍋焼き味噌煮込みうどん ひじきとほうれん草のおかか和え 海老天・デザート	ご飯 さつま芋のオレンジ煮 チンゲン菜のわさび和え お吸い物	ご飯 きのこのソテー ピクルス コンソメスープ	ご飯 南瓜の煮物 和風サラダ 味噌汁
おやつ	レモンケーキ ♡	ミニショコラマフィン	いちごロール	田舎饅頭 ♡	バレンタインケーキ	チョコカステラ
	17日	18日	19日	20日	21日	22日
選択食	A: 鯖の蒲焼き B: 牛肉の炒め煮	<b>長寿ご飯の日</b>	A: 鯖のクリームシチュー B: スパゲティミートソース	A: ほっけの七味焼き B: 木の葉丼	A: 鯖の幽庵焼き B: 牛肉のおろしポン酢炒め	A: 鯖の味噌煮 B: 牛焼肉
通常献立	ご飯 茄子の揚げ浸し カリフラワーの甘酢和え 味噌汁	ご飯 鯖の香り味噌焼き チンゲン菜の炒め物 冬瓜の冷やし鉢・かき玉汁	ロールパン フレンチサラダ プリン	ご飯(A) 大根のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し お吸い物・漬物(B)	ご飯 じゃが芋の煮物 小松菜の和え物 味噌汁	ご飯 れんこんの炒め物 オクラのおかか和え お吸い物
おやつ	♡ ぼんせんえび	プチガトーケーキ	♡ 芋きんつば	牛乳ケーキ	栗饅頭 ♡	たい焼きクリーム
	24日	25日	26日	27日	28日	
選択食	A: カレイの香味ソース B: 肉団子の甘酢あん	A: 太刀魚のムニエル B: 洋風オムレツ	A: 鯖のネギ味噌焼き B: 鶏肉の山椒煮	A: 白身魚のピカタ B: ポークカレー	<b>長寿ご飯の日</b>	
通常献立	ご飯 ビーフソテー ブロッコリーのピーナッツ和え 中華スープ	ご飯 きのこのソテー ほうれん草のマヨ和え コンソメスープ	ご飯 茄子の煮物 長芋の梅肉和え お吸い物	ご飯(A) キャベツのレモン和え れんこんの洋風きんぴら(A) コンソメスープ(A)・漬物(B)ヨーグルト(B)	ご飯 豚キムチ 三色ナムル・さつま芋のサラダ 味噌汁	
おやつ	フルーツ	厚切りカットバウム	シュークリーム	♡ 酒饅頭	プリン	